

2月 ようちえんのおべんとう



へいせい30ねん

★仕入れ材料の都合による献立の変更はご了承下さい。

FAX048-872-0146

			1 もく にくだんご トマトソース コーンソテー ロマネスコカリフラワー にんじんグラッセ フルーツ さげごはん 421kcal 11.1g	2 きん コーンコロケ ミートスパ えびいりしんじょう だいこんに ミニトマト フルーツ・節分豆 のりごはん 423kcal 12.4g
5 げつ にくじゃが カリフラワー たまごロール このはがたごもくしんじょう フルーツ ひじきごはん 420kcal 12.0g	6 か えびフライ ナポリタン きりぼしだいこんに えだまめ フルーツ じゃこごはん 421kcal 12.2g	7 すい ホイコーロー ちくわのてんぷら にくだんご いんげんに フルーツ さげごはん 416kcal 12.2g	8 もく メンチカツ こまつなソテー ひじきのにも あかカブさつま フルーツ おかかごはん 422kcal 11.8g	9 きん さかなのいそふうみやき ビーフソテー ブロッコリー にくだんご だいがくいも フルーツ もみのりごはん 418kcal 12.1g
12 げつ けんこきねんのひの ふりかえきゆうじつ 	13 か デミ・ハンバーグ フライドポテト マカロニサラダ ゆでもろこし フルーツ さげごはん 419kcal 11.5g	14 すい ハートコロケ ミートスパ ブロッコリー たまごロール ハートかまぼこ フルーツ・エンゼルプリン とうにゅうパン 422kcal 12.5g	15 もく ポークカレー きんちゃくに いんげんソテー いかのてりやき フルーツ 発芽米入りご飯 423kcal 12.1g	16 きん とりにくのからあげ やさしいため かぼちゃに ふきに あつあげ ミニゼリー こんぶごはん 419kcal 11.9g
19 げつ ハンバーグ フライドポテト きりこんぶに えだまめ フルーツ じゃこごはん 418kcal 11.8g	20 か あげさかな カレーソース いんげんに たけのこに がんも フルーツ ひじきごはん 420kcal 12.0g	21 すい オムレツ やきそば ミートボール ふきに だいこんグラッセ フルーツ さげごはん 421kcal 12.2g	22 もく チキンカツ ビーフソテー ロマネスコカリフラワー はながたごもくしんじょう なと フルーツ ふりかけごはん 418kcal 12.4g	23 きん ゆばまき やさいあんかけ コロコロきゅうり コーンしゅうまい はながたしんじょう フルーツ おかかごはん 420kcal 12.0g
26 げつ さかなのてりやき きんぴらごぼう ブロッコリー あつやきたまご あげじゃが ミニゼリー こんぶごはん 417kcal 12.1g	27 か ビーフシチュー ミニトマト あおなソテー あげぎょうざ フルーツ しろごはん 418kcal 12.2g	28 すい えびクリームコロケ ミートスパ さつまあげ ロマネスコカリフラワー にんじんグラッセ フルーツ ひじきごはん 422kcal 11.8g	 エンゼルフーズ ホームページで 当日のカラーメニューが ご覧いただけます。 詳しくは、 こちらをクリック!! http://www.angel-foods.com	

★まれにパンの中に黒点がある場合がありますが、イーストの固まりによるものなので品質には異常ありません。
★9・20・26日の魚料理は極力骨を取っていますが、気を付けて召し上がって下さい。

13日のハンバーグは、厚生労働省の推奨値より、じゃが芋由来の食物繊維を1.5g、付加しております。
※ 食物繊維について ※
食物繊維は、水に溶けるか否かで、水溶性と不溶性とに分類されます。働きが、若干異なるため両方をバランスよくとるのが理想的です。とりすぎると下痢や便秘を起こし、ミネラルの吸収が阻害されるので、サプリメントの利用には、要注意です。

22日のメンチカツは、厚生労働省の推奨値より、ひじき由来の食物繊維を1.25g、鉄分を1.25mg、付加しております。
※ 鉄分について ※
鉄分は、赤血球の中にあるヘモグロビンの原料となり、全身の組織のすみずみにまで酸素を運ぶという大切な役割があります。鉄分が不足すると、酸素が全身に十分に運搬されないため、疲れやすい・めまい・頭痛などの様々な症状がでてまいります。

<平成30年2月> 主に使用する食材の産地について

【お野菜】

材 料 名	生 産 地	備 考
玉ねぎ	北海道	
人参	千葉県	
じゃが芋	北海道	
ミニトマト	千葉県 静岡県 愛知県	
キャベツ	愛知県 神奈川県 千葉県	
胡瓜	高知県 宮崎県	
白菜	兵庫県	
大根	徳島県 神奈川県 千葉県	
南瓜	メキシコ ニュージーランド	
水煮野菜・乾燥野菜	台湾	レタス・タケノコ・白滝・ゴボウ・ふき
冷凍野菜	タイ エクアドル アメリカ	いんげん・青梗菜・小松菜・刺アサゲ・ホトトギス・枝豆・ブロッコリー・コーン・ササマイ・アスパラ・里芋・ピーマン・ロマネスコカリフラワー
国産果実	青森県 愛媛県	
輸入果実	カルフォルニア オーストラリア	

※可能な限り中国産以外の原料調達を心がけています。

【お魚】

献 立 日	献 立 名	使用食材・産地
2月9日(金)	魚の磯風味焼き	メバル アメリカ
2月15日(木)	いかの照焼き	赤いか ペルー
2月20日(火)	揚げ魚 カレーソース	スケソウダラ アメリカ・ロシア
2月26日(月)	魚の照焼き	赤魚 アメリカ・ロシア

【お肉・玉子・生乳・その他】

材 料 名	原 産 地	備 考
牛肉	オーストラリア アメリカ	
豚肉	カナダ	
鶏肉	ブラジル タイ	
乳製品	オーストラリア	
鶏卵・大豆加工品	静岡県・新潟県	厚焼き・玉子ロール・高野豆腐・厚揚げ
畜肉加工品	日本	ロイヤル・ル・ソーゼ・ミートボール・シェウマイ・唐揚げ・ハンバーグ・ウインナー・チキカツ
魚介加工品	タイ・日本	薩摩揚げ・昆布・魚肉ソーゼ・ジャコ・おかか・しんじょう海苔・団子・カト・鮭フレーク・竹輪

【お米・パン】

材 料 名	生 産 地	備 考
精白米	山形県 岩手県 等 ※発芽米(ファンケル) 北海道	
パン(小麦粉)	北海道 オーストラリア	
中華麺・うどん(小麦粉)	オーストラリア カナダ	
ロング・ショートパスタ	イタリア 等	
ビーフン	台湾	